

Fot-bla'e

INFORMASJONSBLAG FOR MEDLEMMENE I TRONDHEIM TURMARSJFORENING

NR. 1 – Mars 2021 – 38. ÅRGANG



Kjære turmarsjvenner – nå går det mot lysere tider heldigvis!



I slutten av november 2020 var jeg meget optimistisk fordi Trøndelag var merket **grønt** på kartet. Da hadde vi lenge hatt fokus på **HOLD UT**. Smitte- og avstands-regler måtte vi følge og påbud/oppfordring om munnbind og færrest mulig nærkontakter, stod ved lag. Så kom jul og nyttår med økende smitte og vi måtte utsette årsmøte og årsfest. ***Skal dette ingen ende ta?***

Utover våren 2021 er det fortsatt like viktig at vi **HOLDER UT**. Fordi etter en periode med økende smitte i januar og februar 2021, har vi endelig igjen en nedgang i smitteantallet. Men hvor som helst og kanskje der vi minst aner det, «lurer» de muterte variantene av Covid19 på oss. Nesten så vi rykker tilbake til start. Det betyr kjære venner at vi kan ikke slippe av enda. De nye variantene av Covid19 er kanskje ikke farligere – men de smitter raskere, og vi må fortsatt holde god avstand og vente med de gode klemmene til vi er helt fri for Korona.

Jeg undres på om jeg nå tør å være optimist med hensyn til vaksineringsplanen mot dette ufyselige viruset. Fordi jeg håpet vi var godt i gang med vaksineringsplanen før påske – og at hele Norge var ferdig vaksinert før sommeren. Det trodde jeg lenge, men nå vet jeg ikke helt om jeg kan stole på tidligere prognoser og at du og jeg beholder vår plass i vaksineøkningen. Denne uka kjente jeg at min optimisme sank i takt med opplysninger om endringer i vaksineringsplanen. Oslo og Viken blir forfordelt fordi de har så store smitteutbrudd og får flere antall vaksinedoser. Først reagerte jeg ikke så sterkt på dette, men når det kom fram at dosene blir «tatt» fra kommunene med lavt smittetrykk, da lurte jeg på hvilket belønningssystem rettferdiggjør dette. Det vil tiden vise, for i dag går argumentene for denne skjevfordeling, i begge retninger.

Men heldigvis er jeg en optimist, og vi nærmer oss stadig dagen vi kan samles uten å være redde for at noen i nærheten kan gjøre oss syke. Vi holder ut! Imens vi går og lytter til fuglesangen eller nyter den flotte naturen og opplevelsene av oter, ekorn, rådyr, elg som krysser våre veier. Vi prater om marsjer og turer vi har vært sammen på, og vi fantaserer om framtidens Norges leker, Turmarsjhjelper, Internasjonale marsjer og neste OL i Sør-Korea. I mellomtiden utnytter vi muligheten til å delta på vintermarsjer, PV og RV. Det er kjekt å se dere hver uke og nå får vi også møtes til kaffe og vaffel igjen – i hvert fall av og til. Og selvsagt blir ting normale igjen og da åpner skolene og vi kommer oss tilbake til våre faste startsteder.

Jeg håper og tror vi får gjennomført det utsatte årsmøtet i april med årsfest samme kveld. Se mer om dette i bladet. Husk å melde deg på.

Og til slutt minner jeg om at en *ekte turmarsjer gir seg aldri* – derfor kjære turmarsjvenner vi går videre og tar en dag av gangen selv om vi nå opplever forandringer hver uke.

Så må dere ha fin vårsesong og kom dere ut i den fine naturen vi har – gå en tur først – du kan hvis du vil! Ønsker dere alle en god tur!

Brit

Årsmøte i Trondheim Turmarsjforening 2021

Lørdag 17. april 2021 kl. 19.00 i Autronicahallen

- Dagsorden
1. Åpning
 2. Valg av dirigent og referent
 3. Årsberetning 2020
 4. Regnskap
 5. Budsjett 2021
 6. Innkomne forslag
 7. Valg

Forslag som ønskes behandlet på Årsmøte, må avleveres i skriftlig form til styret senest *onsdag 7. april 2021*.

Styret i TTMF

Årsmøte

Umiddelbart etter årsmøtet, ca kl. 20.00, blir det kombinert års-/komitéfest.

MENY: Middag med drikke og påfølgende kaffe og kaker.

Øl og mineralvann fås kjøpt.

Pris kr 175,- pr. person. / Styre- og komitemedlemmer kr 50,-.

Utlodning. Ta med godt humør!

***VI ØNSKER ALLE VÅRE MEDLEMMER MED EKTEFELLE ELLER
VENN(INNE) VELKOMMEN!***

Bindende påmelding til årsfesten innen *onsdag 7. april 2021* på liste i sekretariatet eller til Brit Isachsen (900 63 521) eller Magnar Bakken (974 98 156).

Styret i TTMF

Tiden går

Mange endringer har vi vært igjennom det siste året.

I dag skriver vi 12 februar, og det lakker og lir mot deadline for innlegg til neste Fotbla.

Annerledesåret 2020 er vi ferdige med, og vi er på god vei inn i nok et annetledes år, 2021. Det som er nytt foreløpig, er at dagene er lengre og lysere, og at vi har håp om vaksine som kan avhjelpe noen bekymringer. Kanskje. Dessuten slipper vi å se og høre Donald Trump på TV. Det er jo et gode i seg selv.

Og hva har en turmarsjer foretatt seg i året som har gått? Vi har erfart at de fleste turmarsjarrangementer er avlyst eller utsatt. Vi får ikke komme inn på de skolene vi vanligvis har gått ut fra. Kaffe og vafler er noe vi bare snakker om. Men noen onsdagsmarsjer har vi gått, og det er forbausende mange som har møtt fram, selv om det bare er for å registrere seg, få stempelet, gå runden, og tusle hjem igjen. Folk har hatt behov for å se vennene, og få en prat underveis på runden.

Nytt for meg er at jeg fikk et splitter nytt kne av titan i oktober 2020. Gratulerer med en fin protese, sa kirurgen da han så innom før han avsluttet dagens 8-9 operasjoner av samme slag. Opptrening måtte til, 2 ganger pr uke. Gåing med 2 krykker først en måneds tid, deretter ble det å karre seg fram etter beste evne.

Julemarsjen den 29 desember ble gjennomført, fra Myra ballplass, takket være Byåsen Idrettsforening, som åpnet dørene for oss. Dette var også endring, ellers har julemarsjene gått den 26 desember fra Utleira skole i alle de år. Men på Myra gikk det an å komme innenfor dørene, takket være godt samarbeid med Byåsen.

Men siden den gang har vi PV-ere gått og gått. Den ene PV-en etter den andre. Noen har gått PV-fri, APPEN du vet, andre har gått innom hotell Augustin og registrert seg. Alle er mer eller mindre lei av nye og stadig strengere coronatiltak. Det «gode» gamle hotell Fru Schøller ble skiftet ut med hotell Augustin som registrerings-sted. Vi trivdes utrolig godt på fru Schøller, trivelig folk bak skranken, og de var alltid villige til å slå av en spøk eller to. Det viste seg at hotell Augustin var like trivelig å oppsøke, bedre plass til å settes seg ned og registrere seg der. Og like trivelige ansatte der og.

Vi PV-ere gjorde mange kaffebesøk på Lille Skansen restaurant før de stengte ned for sesongen, der fikk vi nesten like gode vafler som vi brukte å servere på våre turmarsjarrangementer.

Nå er hotell Augustin blitt karantene-hotell for utenlandske studenter og andre, og vi må banke på inngangsdøra for å slippe inn, om vi slipper innenfor i det hele tatt. Mange turmarsjere er skeptiske på å gå inn der, vi velger å gå PV-fri, vi registrerer oss hjemme, bruker APPEN, og betaler og får stemplinger etter hvert som vi fyller ut et 10 turers skjema.

På nyåret har PV-ere møttes på to alternative kafeer ute i Ila, takket være et initiativ fra Anne Lysholm. æres den som æres bør. Michaelsens bakeri serverer nydelige kaker og smører gjerne på rundstykker og hva vi ellers ønsker å fortære. Det er sjelden andre enn turmarsjere akkurat rundt 12 tiden på hverdager. De holder imidlertid stengt søndager, derfor møtes vi på en kafe like i nærheten, Soknadal bakeri, som reklamerer med byens beste kremboller. Vi følger smittevern reglene, munnbind er påbudt, vi får sitte 5 pr bord, og spriter hendene før og etter besøket.

Coronaen har preget oss i 2020, det gjør det sannelig i 2021 og. Men en langvarig kuldeperiode har også satt sitt preg på livene våre. Minusgrader på 15-20 grader har lammet landet i hele januar og hittil i februar også. Strømregningene har gått direkte til himmels. Det har lagt seg is på vann og sjø, og folk har fått prøvd skøytene. Flere har også vært for dristige og gått igjennom. Det har vært sol fra blå himmel dag ut og dag inn. Mange har satt pris på dette. Ikke jeg. Altfor kaldt for meg. Vi var på hytta i Aure midt i januar, og hadde en skikkelig matauk med fersk torsk og lyr, og vi laga masse fiskekaker. Det begynte å snø der og, uvant, derfor kjørte vi hjem til byen, og i ettertiden har det snødd, og det har vært kuldegrader der også. Hæslig. Ute ved kysten skal det være grønt og snøfritt, året rundt. Men nå er det snart vinterferie, jeg har fulgt med på YR:NO, og nå ser det ut til at det blir plussgrader der også. Så det blir nok en tur utover i håp om at snøen har smelta vekk.



Jorun med lille Julie på julemarsjene

Aud Mirjam

Nytelse – og lykke

En skulle ikke tro at en iskald februar dag ga muligheter for å oppleve ren nytelse. Men sola skinte fra skyfri himmel. Etter en stillesittende tid foran PC-en, måtte jeg bare ut fra mitt lune rede. Turen ble ikke lengre enn til nærmeste mulighet for kaffeservering og en iskrem. Riktig, ja – iskrem på en iskald dag. I gode, varme omgivelser omgitt av pludrende gjester kom en følelse av velvære, av nytelse. Mens det usunne måltidet ble fortært, langsomt, begynte tankene å surre om begrepet nytelse.

Har du sett TV-programmet «20 spørsmål»? Der får fire gløgge hoder gjette, eller snarere resonnere seg frem til et ord som presenteres for seerne, men ikke for de gløgge, og som programlederen styrer gruppen mot. Om det ukjente ordet hadde vært «nytelse», hadde vel programlederen presentert det som «ett ord, abstrakt, angår dyreriket». Det skulle ikke forundre meg om de hadde kommet frem til riktig løsning før 20 spørsmål var stilt, eller kanskje til «lykke»? Hva er forresten forskjellen mellom «nytelse» og «lykke»? Bokmålsordboka har svaret. Nytelse er en følelse av lyst, velbehag, glede, fornøyelse. Lykke angis som skjebne og tilfeldighet, hell, inngår i gode ønsker, gode levekår, dyp og varig følelse av glede og velvære. Så langt jeg kan skjønne, innebærer de to ordene omtrent det samme, men med valører i intensitet og varighet. Nytelse kan føles rett som det er, kanskje når en ikke venter det, eller bare forårsaket av mindre begivenheter. Lykke er vel en tilstand som går noe dypere og over lengere tid. I flere år har vi fått høre at Norges befolkning står på toppen av følelsen av lykke i ulike land. Kan virkelig lykke måles, og kan målingene fra mange og svært ulike kulturer sammenlignes? Jeg tviler litt på det. Det er sikkert ganske innviklet å lage et spørreskjema som kan brukes verden rundt, men sosiologer kan fortelle hvordan vi har havnet der, på toppen av lykkebarometeret. I et program i NRK P2 for snart to år siden kom professor Espen Røysamb ved Universitetet i Oslo, Psykologisk institutt med en kortversjon av oppskriften til å bli lykkelig. Her er den, i fem punkter: 1 Plei relasjoner, 2 Gi av deg selv, 3 Vær fysisk aktiv, 4 Vær til stede i det du gjør og er, 5 Lær nye ting. Det er kanskje så enkelt? Lykke (!) til videre i 2021.

Eli Fremstad

Kjenner du noen Romsdalinger?

Romsdalinger pusser vinduene 8 ganger i året. Dei skjær pent av osten. Tar gjerne en dram eller to. Dei ber gjerne til gud, men forlanger ikke for mye av han. Dei elsker ektefellen, men ikke for sterkt.

Romsdalsfolket vil gjerne bli som andre folk, men får det ikke riktig til, og det er det spennende ved dem.

*Aud Mirjam,
barnefødt Romsdaling*

Utgifter og inntekter

Melding av superseriøst slag fra regjering og samfunnsøkonomer: Norges befolkning (eller populasjon som det heter nå til dags) blir stadig eldre. Det har vi hørt noen år allerede, men nå røyner det visst på for alvor. Fremtiden er spådd å bli dystert, med relativt færre i aktivt og produktivt arbeid og som betaler skatt, i forhold til en grånende, sykdomsbefengt pensjonistkare. Skattene skal jo holde bedriften Norge i sving, derfor må vi ha forholdsvis flere skattebetalere i fremtiden. Til dags dato har jeg ikke hørt en eneste myndighetspersonen som antyder at pensjonister er noe annet enn en utgiftspost. Mange av oss i TTMF, og i samfunnet forøvrig, er pensjonister. Hvor mye betaler du i skatt av pensjonen? Om lag 30 %? De prosentene går altså tilbake til «samfunnet» for å bidra til dekning av en uendelig strøm av fellesutgifter. Av de resterende prosentene går for hver av oss en god del med til å dekke utgifter en ikke kommer fra: husleie, strøm, mat, mobilfikling og mye mer. Med disse pengene bidrar vi også til å holde liv i butikker i ymse bransjer, kafeer og andre spisesteder, busselskap og bane (der riktignok til redusert pris), bensinstasjoner, apotek, handel i hyttekommunen, reiseliv og kulturarrangementer osv. i lange baner. Vi forbruker og konsumerer som bare det. Ikke så rent få deltar som frivillige i organisasjoner eller gjør en innsats som bindemiddel i sosiale lag og sammenhenger. Også pensjonistene bidrar faktisk til å få Norge til å skli videre.

Norge må produsere flere barn, melder Erna, med måneders mellomrom. Sorry, Erna, der kan pensjonistene ikke hjelpe deg (iallfall ikke den feminine delen). I stedet for å skule med negativt blikk på den stigende massen av aldrende, bør du heller maksimere innsatsen overfor den voksende andelen av ungdom som har vansker med å finne seg til rette med skolegang, senere utdanning, yrkesvalg og arbeidsplasser, og som sliter med å føle seg vel til rette i et samfunn der mange søker å fremstå som perfekte og vellykkede.

Om jeg skulle ha blitt med i TV 3-programmet «I lomma til Silje», ville økonomen Silje ha oppdaget et ikke ubetydelig forbruk av kaffe latte med noko attåt. En god del tusenlapper går med per år – som jeg faktisk synes er vel verdt å bruke. Det hender, innimellom, at slike beskjedne utskeielser er en ren nytelse. Og hver gang jeg skeier ut på dette viset, er det til fordel for dem som driver kafeene, kaffeleverandører, bakerier, transportører, serviettfabrikanter, osteprodusenter og salatdyrkere og mange flere. Jeg bidrar på mitt moderate vis, andre på sitt. Kanskje er det slik vi havner på lykketoppen?

Eli Fremstad

"Lunchpause i det fri"



På en av mine mange turer i nærmarka i vinter traff jeg på denne dama og hennes kalv flere ganger. Denne dagen gikk jeg først uten kamera, men etter å ha kommet over dem beitene rolig på rognkvist snudde jeg og gikk hjem etter kameraet. Jeg fant dem igjen en halvtime senere, omtrent på samme stedet, på en liten kolle. Der hadde de gått til ro for drøvtygging av maten og nytende en lav vintersol. Jeg nøt synet på bare enn 20-30 meters avstand. Etter å ha tatt noen bilder ruslet jeg rolig bort fra stedet. Kalven fant jeg da like på baksiden av kollen, litt mer skjult av vegetasjon.

Noen dager senere kom jeg over dem igjen men da så jeg bare beina gjennom skogen etter at de var blitt skremt av noen med hund. Det viste seg at de ikke hadde gått så langt, og var på vei tilbake igjen. De kom over en lysløype og jeg fikk en ny og lengre fotoseanse. Ett par skiløpere passert mellom meg og elgen den halvtimen jeg observerte dem.

Selv om disse individene ikke ser ut til å bry seg om at det er folk i nærheten så er det tross alt ville store dyr som skal vises respekt.

Bjarne

Når kroppen rører på seg hviler sjelen.

Det er en fin vinterdag i slutten av januar.

Sola skinner, det er ÷ 8 °C og jeg er på tur langs Nidelven.

No er jeg på Marinen og har nettopp startet. Det er så deilig å gå her og filosofere for seg selv.

En ung kvinnelig student jogger lett forbi meg.

NTNU står det bak på refleksvesten hennes. Dagens unge studenter er annerledes i dag enn da jeg var student. De er velutviklede og selvsikre, nesten triumferende.

Vi var på ingen måte selvsikre. Kontrasten mot i dag er enorm. Det slår meg at samfunnet oppdrar de menneskene de har bruk for der og da.

Opp bakken (Jentebølgebakken) mot den katolske kirke tenker jeg alltid på da jeg deltok i Jentebølgen. Så artig det var. Vi var en gjeng med glade damer som alltid avsluttet med vin og sang på Kjeglekroa.

Det var tider det!

I Elvegata ser jeg en liten gutt med en stor ransel på ryggen. For meg ser det ut som en stor ransel med små føtter under. Smilende tenker jeg: " Der går en vandrende ransel".

Ved Ilen kirke går jeg ned bakken og over brua mot Spektrum. Å gå sånn på begge sider av elva er en av mine favoritt turer. For ei flott elv og for en fin by vi bor i.

Jeg forsetter langs elva og møter en eldre dame som minner om min mamma. Da går tankene mine til hvor trivelig jeg hadde det hjemme som barn.

Vi var 11 barn og 2 voksne i en liten leilighet. Kjøkkenet var det viktigste rommet. Der var det sosialt. Naboer stakk innom for å få en kopp kaffe. Jeg gjorde leksene mine ved kjøkkenbordet. Mamma bakte brød og laget mat. Det luktet alltid godt og var det tryggeste og luneste stedet jeg visste.

Under Elgeseter brua slår det meg At her kunne det vært ei gangbru over til Marinen. På brua kunne jeg stått sammen med sangkoret og sunget " Nidelven stille og vakker du er".

Jeg går tankefull videre og kjenner at jeg er litt kald på fingrene og retter på selbuvottene mine.

Sanne selbuvotter hadde bestemor også. Bestemor tok alltid med min lillesøster og meg på barnemisjon hver onsdag. Miljøet var lite og snevert. Vi samlet inn penger til misjonen på bøsser. Vi ble ikke tvunget, faktisk var det litt trivelig også. Vi fikk boller og saft selv om ingen av oss hadde bursdag – det var stort!

De voksne strikket votter, selv om jeg ennå lurte på hva folk på Madagaskar skulle med selbuvottene som ble strikket til dem.

På Bakklandet passere jeg Skysstasjonen. Jeg retter blikket over på andre siden av gaten og tenker så synd at Gåsa ble avviklet.

På Gamle bybro møter jeg fem blide turmarsjdamer. Vi smiler til hverandre og slår av en liten prat, ikke så lenge –det blir fort kaldt hvis vi står for lenge i ro. De går videre, og jeg står alene igjen. Jeg lukker øynene , smiler mot sola og tenker: "

For en herlig gjeng og for en herlig tur."

Reidun Moe Reitan

Kor ska vi reis hen no da?

Det har vært stille tider, på mange måter, bortsett fra nyhetssendinger, ekstra nyhetssendinger og pressekonferanser, snakkesalige intervjuer samt repriser av alt mulig. Følgene av en viss Mr. Covid har preget det meste. På min e-postkonto har det vært mindre trafikk enn vanlig. En del kommersielle aktører har dog gjort seg gjeldende, bl.a. med ymse tvilsomme tilbud, bl.a. fra noen som tilbyr en gratis app for at jeg skal kunne bøte på min, tror de, manglende oversikt over privatøkonomi og forbruk. Tilbud og tips til langtrekkende reiser har vært mange. Reiseformidlere må være desperate, har jeg tenkt, inntil jeg leste at et flere titusentall personer over 100 000 har bestilt reiser til sørligere, varme trakter eller skidestinasjoner. Jeg kan ikke fatte at det tillates, for etter en periode (f.eks. påsken) med slike perioder kommer bølger med Covid-smitte. Vent og se!

I Fredrikstad har de besluttet å arrangere Norges-lekene i august. Vi får nå se om det går som planlagt. Uansett, for meg blir det Norge-ferie, som vanlig, med kortere og noen lengere turer i ymse landsdeler. Det anbefales. Hvis dere mangler reisemål, så prøv å sikte dere inn på steder der det (fremdeles) er mulig å gå en PV («permanent vandring»). En serie med slike spredt rundt i norske landskaper, tett- og spredtbygde steder kan by på både fine og positive og begredelige opplevelser. Men spennet mellom de «gode» PV-ene og de gørrø løypene eller arrangementsmessig dårlige PV-ene kan jo bli en opplevelse i seg selv. Ett eksempel på de verre arrangementene, hentet ikke så langt herfra og ganske nylig: Løypebeskrivelsen har i årevis gitt feil opplysning om plasseringen av en av kodene (fordi den for flere år siden ble flyttet, uten at løypebeskrivelsen ble endret); på ett av kodestedene mangler selve koden (men en metallramme for den henger der), på kodested nr. 2 fantes ingenting. Sist jeg var der, i oktober, lå denne metallrammen og koden på bakken, ved besøket nå i slutten av februar lå den trolig og vansmektet under snøen. Ved stemping ble ergrelses-begeret fullt: stempel 2020 D i stedet for 2021 A. I løpet av nær to måneder siden årsskiftet hadde ansvarlig arrangør bare gitt pokker i å rydde opp. Jeg har vært borti flere slike tilfeller i årenes løp. TTMF er heller ikke uskyldsren; her må det ryddes i det minste. Forfalne arrangementer tjener ingen, hverken arrangøren eller deltakere. Imidlertid: å gå PV-er er en måte å se Norge fra innsida, så å si, i noen tilfeller steder du ellers ikke ville valgt å oppsøke. Men det er verdt å forsøke.

Eli Fremstad

Fra barnemunn

I gamledager sa man «jeg elsker deg» til folk. Nå trenger man tilfeldigvis ikke å anstrenge seg så forferdelig skrekkelig lenger. Jeg tror det holder at man sier: «kom hit». (Holger, 8 år)

Maskorama?

I gode, gamle dager, sa en at en dame uten veske, er ingen dame, uansett hvordan veska så ut.

I våre dager, handler det nok mer om masker, enn om vesker.

Vis meg maska di, og jeg kan si deg hvem du er. Hvis du har på deg denne mask kan du



Turmarsjmaska

ihvertfall skryte av at du er en turmarsjer. Denne maska er spesialdesignet med tilnærmet logo til Trondheim Turmarsjforening. Vi har foreløpig solgt ca 250 masker, og har 50 igjen. Maskene er laget i polyester, de har virusbloc, de er vaskbare. De tåler minimum 30 ganger vask i 60 grader. Jeg putter dem i vaskemaskina sammen med øvrig 60 graders vask. Eller jeg skyller dem opp i vasken, med pulver. Det er smart å ha flere masker, i bilen, i veska eller i en lomme.

Nå er maskepåbudet opphevet i Trondheim, men det anbefales sterkt å fortsatt bruke masker. Smitten sprer seg kjapt. Vi har vært på ulike forretninger, og folk bruker masker. Det føles betryggende, både for egen del, og for andre. Så trenger du masker med logo til

Trondheim Turmarsjforening, har vi som sagt 50 tilgjengelige til en pris av kr 50,00 pr stk.

Aud Mirjam

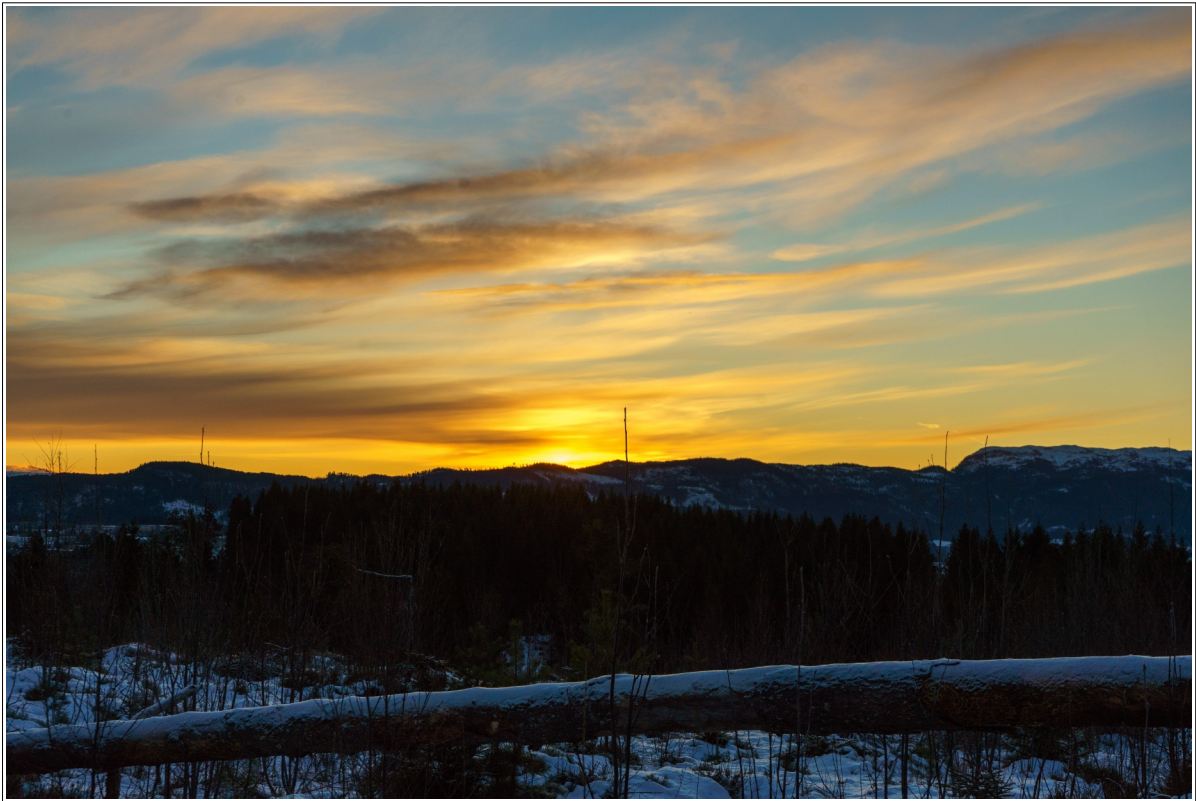
Vi to journalistene møtte redaktøren i går på kveldens turmarsj ut fra Charlottenlundhallen. Bjarne var i ferd med å redigere Fotbla'e, og manglet stoff. Derfor kommer det noe sludder, som har lite med turmarsj å gjøre. Fyllekalk sa Paal Clasen om tørrprat under diverse sportsarrangement. Dette kommer i samme kategori.

Men altså, her kommer noen gamle ordtak, som er henta fram fra glemselen.

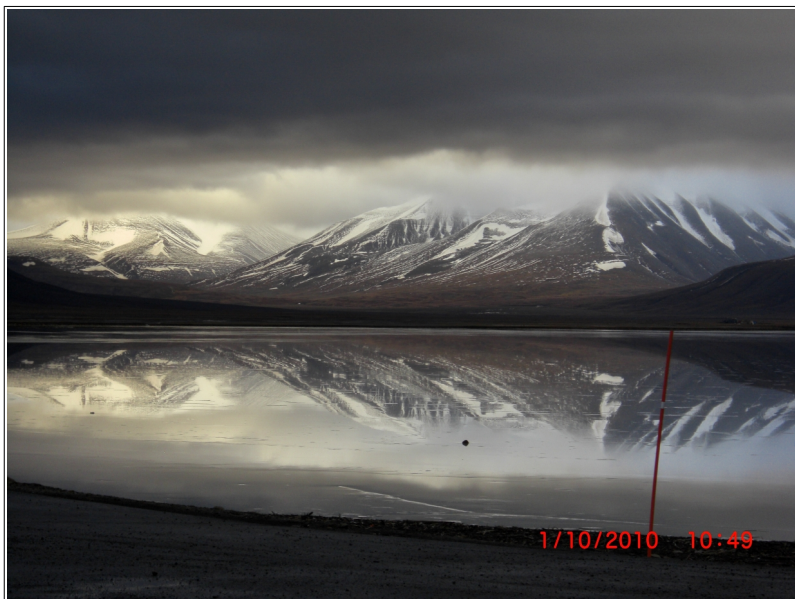
- Det sies at smuler er også brød, men spiser du deg ikke mett, kan du ikke slikke deg mett.
- Ingen er så lang at han ikke må tøy seg, ingen er så liten at han ikke må bøye seg.
- Det gode skal en hugge i fjell, det onde skal en skrive i snø.
- Gnieren og grisen kommer først til nytte etter sin død.
- Ikke vær redd for å falle, det er mye lettere å holde balansen liggende.

- Hemmeligheten ved å forbli ung, er å leve hederlig, spise langsomt og lyve om alderen.
- Alle tenker på seg, det er bare jeg som tenker på meg.
- Sitt ikke inne, når alt håp er ute.
- Du er gammel den dagen du bøyer deg ned for å knytte skolissen, og når du har gjort det stanser du et øyeblikk og tenker: var det noe mer jeg skulle ha gjort når jeg først er her nede?
- Alle bør ha noen dårlige vaner, så de har noe å kutte ut dersom helsa svikter.

Aud Mirjam



Solnedgang i nærmarka. Bjarne



Minne fra Svalbard 2010 Gry

Hva er det med katten?

Det røyner på med Covid-formaninger, innskrenkninger, påbud, nedstengninger og ymse meninger om dette og alt annet. Noen og enhver kan ha lyst til å gi katten i hele greia (som snart kan feire ettårsdag). Vi er dog rimelig veloppdragne og lydhøre, og utstyrer oss med munnbind og metermål. Men stopp en halv! Hva er det med katten, siden vi bruker den til å uttrykke oppgitthet? Hva har katten gjort for å bli brukt på et nokså negativt vis?

Jeg konsulterer min omfangsrike Norsk ordbok. Den viser tydelig at katten går igjen i mange munnhell og uttrykk. Hør nå bare: kattens lek med musen, som hund og katt, som katten rundt grøten, når katten er borte, danser noen på bordet, henge bjelle på katten, gjør ikke en katt fortred, kjøpe katten (nei, katta) i sekken, i mørket er alle katter grå, gi katten i ..., nihalet katt (piskeredskap), katteaktig (om en smidig kropp?), kattekoncert, katteremusikk eller katzenjammer (begredelig, brysom støy) ,



kattlab, kattefot og kattost (tre blomsterplanter), kattevaske (overfladisk rengjøring), kattøye (går på syn og lys), kattepus og kattemyk (bare kos), det snør katter (senest brukt i NRK om værforholdene i Oberstdorf under ski-VM) eller det regner katter (som det stadig vekk gjør i deler av landet). Konklusjon: katten er et allsidig og nokså uutgrunnet vesen som kan brukes til å uttrykke så mangt. I nabolaget prøver jeg meg stadig med innsmigrende «pus, pus, hei pus» mot svarte, grå og spraglede puser som krysser min spaservei. Noen kan reagere positivt ved å nærme seg og sniffe på sko eller bukseben. Andre gir katten.

Eli Fremstad

Foto: Bjarne

Redaksjonens side.

Du skal ikke bekymre deg for helsen. Den forsvinner av seg selv.

Jeg trenger ikke forandre meg, dagene, tida, gjør det for meg.

Det er en filosofi som kan være spesielt farlig i disse koronadager, med stadig endringer av håp, prognoser og anbefalinger. Det er meget viktig å forsett å stå på og redusere slitasjen av tidens tann mest mulig

Det er ikke barebare å se mørkt på alt heller. Plutselig får du en lys ide og ødelegger hele greia.

Eller at det går andre veien. Slik som været fra torsdag med litt sol og "nesten" grønne plener selv her oppe på Heimdal, til full snøstorm i løpet av fredag og oppfølging i helga. Det kan snu raskt i mars og april.

Den terminlisten som er på motstående side er hva som kan bli dersom det åpnes opp for bruk av skoler mm.

Følg med på meldingen som sendes ut til mobiltelefon.

Tví tví! La oss leve í hápet!

Bjarne

Redaksjonen i Fotbla'e består av:

Redaktør	Bjarne Stangnes bhstang@online.no	950 82 143
Journalist	Aud Mirjam Tokle Fjellhaug audtokle@gmail.com	909 44 210
Journalist	Eli Fremstad fremstadel@gmail.com	905 36 443

Neste utgave av, Fotbla'e , kommer ut ca 10.06.2021. Bruk kamera flittig på tur og del opplevelsene med oss andre. Siste frist er 1. juni. Har du noe på hjertet så la oss få høre om det.

Foreningen har egen internettside med informasjon om foreningens aktiviteter, linker til andre turmarsj-foreninger og Fotbla'e fra 4-2004 og til 2-2020.

<http://www.trondheim-turmarsjforening.org>

Minner også om at Trondheim Turmarsjforening har egen profil på Facebook. Skriv Trondheim Turmarsjforening i søkefeltet så dukker sidene opp. Lykke til!

Trondheim Turmarsjforening

Ti-trimmen og litt til 2021

Dag/ nr	Dato	Startsted	Merknad
Onsdag 1	07. april	Charlottenlund ba. skole	Ti-trimmen
Onsdag 2	14. april	Rosten skole	Ti-trimmen
Onsdag	21. april	Utleira skole	Vårsleppet
Onsdag 3	28. april	Equinor Rotvoll	Ti-trimmen
Onsdag	05. mai	Festningen	Norges Flag 200 år
Onsdag 4	19. mai	Granåsen	Ti-trimmen
Onsdag	26. mai.	Utleira skole	Sommertrim
Onsdag 5	02. juni	Rosten skole	Ti-trimmen
Onsdag 6	09. juni	Skistua	Ti-trimmen
Onsdag 7	16. juni	Myra, Byåsen	Ti-trimmen (Byåsen)
Onsdag 8	23. juni	Lohove barnehage	Ti-trim og rømmegrøt
		Sommerferie	
Onsdag 9	11. august	Rosten skole	Ti-trimmen
Onsdag 10	18. august	Ferista friluftsbarnhage	Ti-trimmen (Byåsen)
Onsdag 11	25. august	Equinor Rotvoll	Ti-trimmen
Onsdag 12	08. sept.	Granåsen	Ti-trimmen
Marsjhelga	10. - 12. sept.	Utleira skole	Marsjhelga
Onsdag	15. sept.	Rosten skole	Høstvandring
Tirsdag 14	21. sept.	Ugla skole	Ti-trimmen
Onsdag 15	29. sept.	Utleira skole	Ti-trimmen
Onsdag 16	06. oktober	Rosten skole	Ti-trimmen
Tirsdag 17	12. oktober	Ugla skole	Ti-trimmen
Onsdag 18	20. oktober	Utleira skole	Ti-trimmen
Søndag	24. oktober	Utleira skole	Tv-aksjonsmarsj
Onsdag	27. oktober	Risvold*	Avslutning

*Adminbygget Risvollan Borettslag, Asbjørn Øveråsveg 1, 2. etg.

Starttid ti-trim: 17:30 -18· Distanser 5 og 10 km

Startkontingent: kr. 20,-

Ti-trimmedalje i henholdsvis sølv/gull kan kjøpes etter 6/10 serieturer.

Kontaktpersoner er:

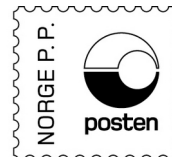
Brit Solli Isachsen: 900 63 521

Anne Mette Hybertsen: 992 94 317

Vår internettadresse: www.trondheim-turmarsjforening.org

Ferista friluftsbarnhage, Fjellseterveien 24, ved "Ferista" ovenfor Byåsen Butikksenter.

Mottaker:



Avsender:

Trondheim Turmarsjforening

Postboks 5469

7442 Trondheim



TRONDHEIM TURMARSJFORENING

Tilsluttet

Norges Turmarsjforbund



Postboks 5469, 7442 TRONDHEIM

Telefon: 900 63 521

Redaktør: Bjarne Stangnes

Trykking:

NYE OFFSET • GRAFISK PRODUKSJON • REPRO • KOPIERING
Heimdal Trykkerias

